

## Burnout – ein Modebegriff?

14.03.2013, 18:41 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Büsum Balance*

---



Heute IN und morgen OUT

Als Modebegriff oder Modewort wird lt. Wikipedia ein Wort bezeichnet, das wie die Mode nur in einer bestimmten Zeit mit Vorliebe gebraucht wird. Heute IN und morgen OUT!

Ob Burnout tatsächlich nur ein Modebegriff ist und schon morgen OUT sein wird, wissen wir nicht. Das wird erst die Zukunft zeigen. Was wir aber schon heute wissen, ist, dass der Begriff „Burnout“ durch seine inflationäre Verwendung an Aussagekraft verliert. Er wird mehr und mehr zur Worthölse – ohne Inhalt und gedankenlos dahingesprochen. Wer heute von Burnout spricht, meint damit nur noch selten das Burnout-Syndrom mit seinen vielfältigen Symptomen, sondern nutzt den Begriff oftmals synonym für die Probleme unserer Zeit. Und die hat schließlich jeder.

Spott für geschlagene Seelen

Wer Burnout mit Schlaf- und Konzentrationsstörungen verwechselt, die jeder einmal hat, hat nichts verstanden. Ebenso wenig wie der, der meint, die Betroffenen sollten sich einfach ein wenig zusammenreißen. Der am Burnout-Syndrom Erkrankte kann sein Leben nicht mal so eben wieder selbst in die Hand nehmen.

Was fühlt wohl der Erkrankte, wenn wir behaupten, dass er sich in eine nicht anerkannte Krankheit flüchtet, weil Burnout als Leiden der Engagierten und Leistungsstarken gilt und weil das besser klingt als Depression?

Seine Seele hat sich geschlagen gegeben. Wer am Burnout-Syndrom leidet, denkt meist nicht mehr darüber nach, wie etwas klingt. Und wenn er es doch tut, finden sich hier vielleicht erste Ursachen seiner Erkrankung. Der Erkrankte geht durch Phasen tiefer Verzweiflung, Ohnmacht und Hoffnungslosigkeit. Er braucht professionelle, dem Wesen seiner Erkrankung angepasste Hilfe und keine Worte, die seine Erkrankung anzweifeln oder ins Lächerliche ziehen.

Möglicherweise wird Burnout eines Tages als Krankheit anerkannt werden. Auch der Alkoholismus musste lange warten, bis ihn die Weltgesundheitsorganisation der Vereinten Nationen ( WHO )1952 offiziell als Krankheit definierte. Das Bundessozialgericht erkannte den Alkoholismus erstmals 1968 in einer Entscheidung als Krankheit an.

Anerkannt oder nicht – das ist nicht die Frage

Dass Burnout bisher nicht als Krankheit anerkannt ist, mag vielfältige Gründe haben. Selbst Ärzte und Therapeuten sind sich nicht einig, ob Burnout und Depression ein und dasselbe sind. Eines ist jedoch sicher: Nicht offizielle Anerkennnisse machen aus einem leidenden Menschen einen Kranken, sondern körperliche oder psychische Störungen.

Von Herbert J. Freudenberger, Burnout-Forscher, stammt folgender Text:

„Wer je ein ausgebranntes Gebäude gesehen hat, weiß, wie verheerend so etwas aussieht.  
Ein Bauwerk, eben noch von pulsierendem Leben erfüllt, ist nun verwüstet.  
Wo früher Geschäftstätigkeit herrschte, finden sich jetzt nur noch verkohlte Überreste von Kraft und Leben.  
Ein paar Ziegel und Zementbrocken mögen stehen geblieben sein, ein paar leere Fensterrahmen.  
Vielleicht ist sogar die äußere Hülle des Gebäudes noch erhalten.  
Wer sich jedoch hineinwagt in die Ruine, wird erschüttert vor dem Werk der Vernichtung stehen.“

Büsum Balance unterstützt gefährdete und betroffene Menschen, ihren Zustand zu erkennen, zu verstehen und neue Wege zu beschreiten. Wagen Sie den ersten Schritt Richtung „Hilfe“!

## **Portrait**

Die Inhaberin Yvonne Müller ist zertifizierter systemischer Coach und Konfliktklärerin. Sie begleitet den Klienten durch unterschiedliche Prozesse. Als systemischer Coach konzentriert sie sich nicht auf einen Lebensbereich des Klienten (z. B. beim Karrierewunsch auf das Berufsumfeld), sondern berücksichtigt das gesamte System eines Klienten, d. h. den Klienten selbst, seine Familie und Freunde, seine Kollegen und Vorgesetzten, seine Verhaltensmuster, seine bisherige Entwicklung, seine Ressourcen und Potenziale, usw. Dies ist wichtig, um bei der Zielfindung alle Chancen und Risiken zu bedenken.

Weitere Informationen zu Yvonne Müller, systemisches Coaching und Konfliktklärung, finden Sie auch im Internet:  
[www.büsum-balance.de](http://www.büsum-balance.de)

---

News-ID: 705603 • Views: 189 (Stand: 22.05.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/705603/Burnout-ein-Modebegriff.html>